

INTERVENSI KEPERAWATAN PADA PASIEN SCHIZOPHRENIA HALUSINASI PENDENGARAN MENGGUNAKAN TERAPI OKUPASI MENGGAMBAR

Muhammad Fajar Nurfalah^{1*}, Raditya Adiyatma², Maharani³, Nursabillah Fitrah⁴, Zahrotul Aulia⁵, Heri Ridwan⁶

Program Studi S1 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang, Program Studi¹ Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang²

*Corresponding Author : radityaadiyatma@upi.edu

ABSTRAK

Pasien dengan schizofrenia sering mengalami halusinasi pendengaran yang mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Selama ini, penanganan yang diberikan lebih banyak bersifat medis atau farmakologis, sementara pendekatan non-obat seperti terapi okupasi belum banyak dimanfaatkan secara maksimal. Salah satu terapi yang bisa digunakan adalah menggambar, karena aktivitas ini dapat membantu menenangkan pikiran dan mengalihkan perhatian dari suara halusinasi. Namun, belum banyak penelitian yang melihat secara khusus apakah terapi menggambar benar-benar efektif dalam mengurangi halusinasi pendengaran pada pasien schizofrenia. Oleh karena itu, penting untuk meneliti bagaimana pengaruh terapi okupasi menggambar dalam membantu pasien dengan schizofrenia yang mengalami halusinasi pendengaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terapi okupasi menggambar efektif dapat membantu mengurangi halusinasi pendengaran pada pasien schizofrenia. Penelitian ini menggunakan metode penelitian scoping review dengan database Google Scholar, Crossref, dan OpenAlex dengan rentang waktu 5 tahun dari tahun 2019-2024. Pencarian artikel menggunakan kata kunci Halusinasi pendengaran, skizofrenia, terapi okupasi. Hasil penelitian didapatkan tujuh artikel penelitian yang relevan. Hasil dari penelitian menunjukkan terapi okupasi menggambar terbukti efektif mengurangi gejala halusinasi, memperbaiki kemampuan kontrol diri, ekspresi emosi, serta meningkatkan fungsi sosial pasien. Kesimpulan dari studi ini adalah bahwa terapi okupasi menggambar merupakan sebuah intervensi yang efektif, mudah untuk diterapkan, dan aman sebagai bagian dari perawatan pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi pendengaran.

Kata kunci: Halusinasi pendengaran, skizofrenia, terapi okupasi

ABSTRACT

Patients with schizophrenia often experience auditory hallucinations that interfere with daily activities and reduce quality of life. Until now, treatment has mostly been medical or pharmacological, while non-drug approaches such as occupational therapy have not been fully utilized. One therapy that can be used is drawing, as this activity can help calm the mind and divert attention away from hallucinatory voices. However, there has been limited research specifically examining whether drawing therapy is truly effective in reducing auditory hallucinations in schizophrenia patients. Therefore, it is important to investigate how drawing-based occupational therapy influences patients with schizophrenia experiencing auditory hallucinations. This study aims to determine whether drawing occupational therapy is effective in helping to reduce auditory hallucinations in schizophrenia patients. This study uses a scoping review research method with databases from Google Scholar, Crossref, and OpenAlex over a five-year period from 2019 to 2024. Article searches used the keywords "auditory hallucinations," "schizophrenia," and "occupational therapy." The study identified seven relevant research articles. The results showed that drawing-based occupational therapy was effective in reducing auditory hallucinations, improving self-control, emotional expression, and enhancing social functioning in patients. The conclusion of this study is that drawing-based occupational therapy is an effective, easy-to-implement, and safe intervention as part of the care for schizophrenia patients experiencing auditory hallucinations.

Keywords: Auditory Hallucinations, Schizophrenia, Therapy Okupa

PENDAHULUAN

Setiap individu menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan yang dapat memicu stres. Ketika seseorang tidak mampu mengelola stres dengan baik, kesehatan jiwanya dapat terganggu, yang berpotensi menimbulkan gangguan mental (Febrianto, Liviana, & Indrayati, 2019). Selain menjadi komponen penting dari kebutuhan dasar, kesehatan jiwa termasuk komponen integral kesehatan secara keseluruhan. Kesehatan jiwa adalah suatu kondisi yang memungkinkan fisik, intelektual, dan emosional berkembang sebaik mungkin; berkorelasi dengan keadaan orang lain. Sehingga, kesehatan jiwa lebih dari sekadar terbebas dari penyakit mental; namun juga sesuatu yang dibutuhkan untuk merasa bahagia dan sehat, mampu menghadapi rintangan, serta berpandangan baik terhadap diri sendiri juga orang lain (Sumiati et al., 2009).

Jumlah orang yang menderita penyakit jiwa terus meningkat, menjadikannya masalah kesehatan global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2019) melaporkan 20 juta orang menderita skizofrenia, 50 juta menderita demensia, 45 juta menderita penyakit bipolar, serta 264 juta menderita depresi. Menurut proyeksi WHO (2020), 20 juta orang yang menderita skizofrenia, dari 379 juta orang yang mengalami penyakit jiwa. Selain itu, WHO melaporkan pada tahun 2022 bahwasannya hingga 300 juta orang menderita kondisi kesehatan jiwa. Dari 300 juta orang, 24 juta orang diantaranya mengalami Skizofrenia. (NIMH, 2019), Skizofrenia termasuk dalam 15 besar penyebab kecacatan di dunia (NIMH, 2019). American Psychiatric Association (APA, 2018) juga melaporkan bahwa sekitar 1% populasi global mengalami Skizofrenia. Selain itu, tingkat kekambuhan skizofrenia juga meningkat dari tahun ke tahun. WHO menyampaikan, tingkat kekambuhan skizofrenia pada tahun 2019 sebesar 28%, meningkat menjadi 43% pada tahun 2020, dan mencapai 54% pada tahun 2021. Hal ini menunjukkan bahwa skizofrenia tidak hanya menjadi gangguan mental yang kronis, tetapi juga memiliki risiko kekambuhan yang tinggi apabila tidak ditangani dengan tepat (Nissa., K & Kurniawan, 2024).

Gangguan Kesehatan jiwa telah menjadi salah satu masalah kesehatan yang serius di kalangan Masyarakat. Gangguan jiwa memiliki dua jenis, yaitu berat dan ringan. Skizofrenia merupakan kondisi kesehatan mental yang berat dan tidak terkendali. Skizofrenia merupakan penyakit psikotik yang mengganggu proses berpikir, persepsi, dan perilaku (Hartanto, 2021). Skizofrenia ialah gangguan psikotik yang menyebabkan terganggunya berpikir, persepsi, dan berperilaku. Penderitanya sering mengalami halusinasi, delusi, serta kesulitan dalam membedakan kenyataan dan imajinasi. Gejalanya terbagi menjadi gejala positif, seperti halusinasi juga delusi, serta gejala negatif, seperti hilangnya minat atau kebahagiaan (anhedonia) dan kurangnya motivasi (Manassa Hany et al., 2023). Skizofrenia dapat dipahami sebagai penyakit yang mengakibatkan keretakan pada kepribadian dan fungsi emosional seseorang karena namanya berasal dari bahasa Yunani *schizein*, artinya “retak” atau “pecah”, dan *phren*, atau “pikiran” (Sianturi, 2014). Gangguan kognitif yang mengakibatkan ketidakmampuan untuk berpikir abstrak, kesulitan berkomunikasi, dan halusinasi serta delusi adalah ciri khas dari kondisi ini (Themes, 2011).

Gangguan jiwa ditandai dengan berbagai gejala yang dapat dibagi menjadi gejala positif dan negatif. Gejala positif mencakup halusinasi, sedangkan negatif mencakup afek datar, menarik diri dari lingkungan sosial, penurunan aktivitas, serta perilaku mencederai diri sendiri yang dapat berisiko bunuh diri (Stuart, 2016). Individu dengan skizofrenia juga berpotensi menunjukkan perilaku kekerasan yang membahayakan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya (Herniyanti, 2019). Salah satu faktor utama yang memicu perilaku kekerasan pada penderita skizofrenia adalah halusinasi. Sekitar 50%–70%

penderita skizofrenia berhalusinasi pendengaran, di mana terdengar suara yang tidak nyata dan sering kali tidak mampu mengendalikan atau mengabaikannya (Riyadi et al., 2021).

Dalam halusinasi, pasien melaporkan hal yang tidak benar-benar terjadi karena mereka tidak dapat membedakan antara input internal, seperti pikiran, dan rangsangan dari luar. Pasien yang berhalusinasi, mungkin mendengar suara padahal sebenarnya tidak ada orang yang berbicara (Muhith, 2015). Penderita skizofrenia yang berhalusinasi pendengaran, dapat mendengar suara yang memberi tahu mereka apa yang harus dilakukan atau mengarahkan tindakan (Kusumawati & Hartono, 2010). Seseorang yang mengalami halusinasi pendengaran biasanya ditandai dengan tiba-tiba dia tertawa sendiri, marah-marah, sering berbicara dan mengobrol sendiri hingga sering menutup telinganya, karena mengira ada yang berbicara dengan dirinya. Halusinasi Pendengaran dapat memberikan dampak yang berbahaya, misalnya hilang kemampuan untuk mengontrol diri mengakibatkan mudah panik, histeris bahkan hingga melakukan perilaku agresif yang bisa membahayakan dirinya sendiri maupun orang lain. Hal tersebut dikarenakan halusinasi yang didengar sering berisi ejekan, perintah melakukan sesuatu yang berbahaya, dan ancaman (Mister et al., 2022).

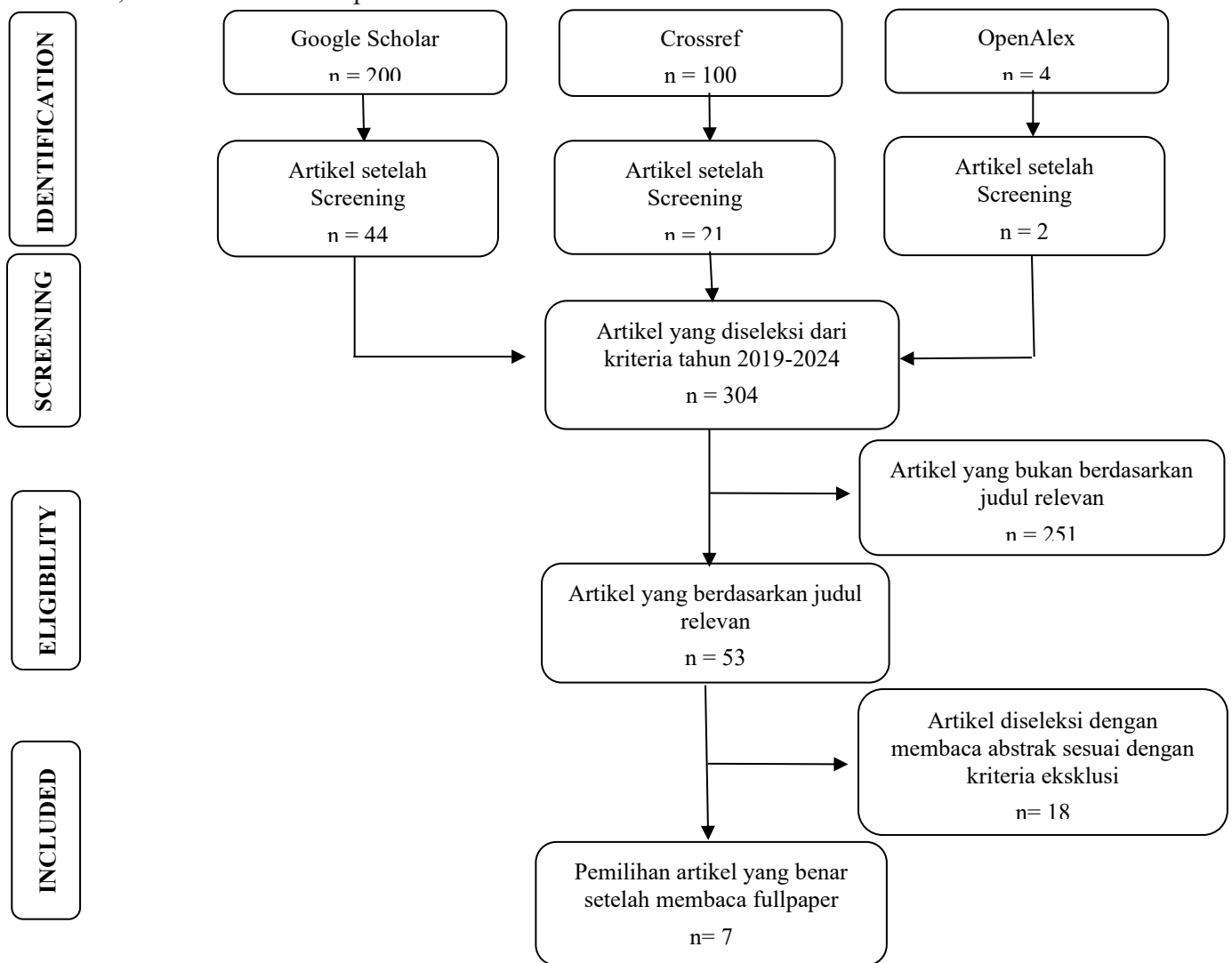
Dengan tingginya angka kejadian halusinasi pada penderita skizofrenia serta dampaknya yang berbahaya, diperlukan pemahaman yang lebih dalam mengenai faktor penyebab dan cara penanganannya yang tidak bisa sembarangan dan diperlukannya asuhan keperawatan yang efektif dan maksimal. Terdapat cara nonfarmakologis untuk mengatasi halusinasi pendengaran, salah satunya adalah melalui terapi okupasi dengan menggunakan terapi menggambar. Praktik terapi okupasi melibatkan penyesuaian kemampuan yang dimiliki pasien. Meningkatkan kemampuan pasien dalam melakukan tugas sehari-hari dan aktivitas lain seperti menggambar merupakan salah satu cara penerapan terapi okupasi. (Livana et al., 2020). Menggunakan media seni untuk mengeksplorasi emosi, membangun keterampilan sosial, menyelesaikan konflik emosional, meningkatkan kesadaran diri, dan mengendalikan perilaku dikenal sebagai terapi okupasi intervensi menggambar. Terapi ini juga dapat meningkatkan harga diri dan menurunkan kecemasan. Kombinasi antara warna dan alat gambar dapat digunakan untuk mengekspresikan emosi pasien (Debyana., 2024). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan alat gambar dan pemilihan warna memiliki peran signifikan dalam proses penyembuhan emosional pasien dengan gangguan jiwa. Dias Alves et al. (2024) menemukan bahwa aktivitas mewarnai pola kompleks dapat menurunkan kecemasan pada pasien di berbagai lingkungan klinis. Penelitian lain oleh Adiba dan Paramita (2024) menunjukkan bahwa terapi seni dengan teknik melukis mampu meningkatkan fungsi sosial dan mengurangi gejala kecemasan, depresi, serta stres pada pasien skizofrenia. Penurunan gejala halusinasi juga tercatat dalam penelitian Rahman et al. (2024) melalui terapi menggambar pada pasien dengan halusinasi auditorik. Lebih lanjut, psikologi warna menjelaskan bahwa pemilihan warna dalam karya seni mencerminkan kondisi emosi individu, di mana warna gelap sering dikaitkan dengan kesedihan atau kemarahan, sedangkan warna cerah menunjukkan suasana hati yang positif (Muratbekova & Shamoi, 2023; González-Martín et al., 2022).

Terapi okupasi dengan menggambar kepada pasien skizofrenia berhalusinasi pendengaran dianggap dapat membantu untuk mengurangi tanda serta gejala halusinasi pada pasien. Selain itu, terapi ini mudah untuk dilakukan dan terjangkau, sehingga pasien dengan berbagai tingkat kemampuan dapat mengikutinya. Terapi ini juga mempunyai dampak negative yang kecil, karena sifatnya yang aman dan alat yang digunakan dapat dipilih sesuai kebutuhan seperti menggunakan krayon supaya dapat terhindar dari upaya untuk bunuh diri. Berdasarkan latar belakang, perhatian penulis adalah bagaimana terapi okupasi menggambar cocok untuk pasien skizofrenia yang memiliki halusinasi pendengaran. Tujuan dari

penelitian ini adalah memeriksa dan mengevaluasi intervensi terapi okupasi menggambar pada pasien skizofrenia yang memiliki halusinasi pendengaran dengan mempertimbangkan isu-isu yang telah disebutkan. Studi ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang gangguan ini.

METODE

Pada studi ini penulis menerapkan metode *Scoping Literature Review*. Penelitian ini menggunakan kriteria inklusi yang mencakup artikel dalam bahasa Indonesia dan Inggris yang diterbitkan dalam 5 tahun terakhir, yaitu dari tahun 2019 - 2024. Kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah artikel dengan metode penelitian menggunakan literatur review. Artikel yang dipilih harus sesuai topik dan tujuan penelitian. Mengumpulkan data melalui database Google Scholar, Crossref, dan OpenAlex dengan *keywords* Schizophrenia, Auditory Hallucinations, Therapy Okupasi. Proses identifikasi awal dilakukan dengan mengumpulkan 304 jurnal, meliputi 200 jurnal dari Google Scholar, 100 jurnal dari Crossref, dan 4 jurnal dari OpenAlex. Jurnal - jurnal tersebut kemudian disaring berdasarkan relevansinya dengan kata kunci penelitian, sehingga diperoleh 7 artikel yang relevan, meliputi 5 artikel dari Google Scholar, 1 dari Crossref, dan 1 artikel dari OpenAlex.



Bagan Diagram Prisma

HASIL

Tabel 1. Hasil Literatur Review Terapi Okupasi Menggambar

No	Nama	Publisher	Database	Metode Penelitian	Judul	Hasil
1	Ramadhani., N., R., Narmi., Tahiruddin	Kendari Journal of Maritime and Holistic Nursing. 2022 Vol 2 Nomer 2	Google Scholar	Penelitian ini menggunakan teknik quasi - eksperimen dengan rancangan single group pretest- posttest design . Sampel penelitian mencakup 49 pasien dari Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara . Sampel penelitian terdiri dari 49 pasien di RSJ Provinsi Sulawesi Tenggara	The Effect of Implementing a Nursing Action Strategy on Client's Hallucinations on the Ability to Control Hallucinations.	Jurnal ini mengulas dampak penerapan strategi tindakan keperawatan pada pasien yang berhalusinasi pendengaran dan bagaimana hal itu memengaruhi kemampuan mereka dalam mengelola halusinasi. Penelitian ini menggunakan metode kuasi-eksperimental dengan desain pretest-posttest untuk satu kelompok. Sampel terdiri dari 49 pasien di RSJ Provinsi Sulawesi Tenggara, dipilih menggunakan teknik pengambilan sampel acak sederhana. Temuan menunjukkan sebelum penerapan strategi tindakan keperawatan, 55,1% pasien tidak mampu mengendalikan halusinasi. Namun setelah dilakukan intervensi, sebanyak 91,8% pasien mengalami peningkatan dalam kemampuan mengontrol halusinasi. Uji Wilcoxon menunjukkan hasil yang signifikan ($p=0,000$), yang menunjukkan bahwa strategi tindakan keperawatan memberikan pengaruh penting terhadap peningkatan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi. Penelitian ini menggarisbawahi bahwa intervensi keperawatan bisa meningkatkan kemampuan kontrol diri pasien terhadap halusinasi, dan diharapkan dapat diterapkan dalam praktik keperawatan mental.

2	Eva Daniati, Gin gin sugih permana	Nursing Case Insight Journal (NCIJ). 2024, Vol 2 Nomor 2	Google Scholar	Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan deskriptif, melibatkan pengumpulan data melalui wawancara, observasi, studi dokumentasi, dan studi literatur. Penelitian dilakukan terhadap seorang pasien di Klinik Nur Illahi Assani, Samarang	Nursing Care for Mrs. S With Sensory Perception Disorder: Auditory Hallucinations Due to Schizophrenia	Jurnal ini membahas tentang asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan persepsi sensori berupa halusinasi pendengaran akibat skizofrenia. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan persepsi pasien terhadap realitas serta mengajarkan strategi kontrol terhadap halusinasi. Hasilnya menunjukkan setelah diberikan intervensi keperawatan selama lima hari, pasien mampu mengenali dan mengendalikan halusinasi dengan dukungan perawat, menggunakan strategi seperti berbicara dengan orang lain dan melakukan aktivitas terjadwal.
3	Nadia E. Sayied, Zamzam A. Ahmed	Egyptian Nursing Journal. Vol 14	Google Scholar	Metode penelitian yang digunakan adalah desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan pre-test dan post-test, melibatkan 30 pasien skizofrenia kronis di unit rawat inap di Rumah Sakit Neuropsikiatri dan Bedah Saraf Universitas Assiut	Efficacy of teaching self-management strategies on auditory hallucinations among schizophrenic patients	Jurnal ini membahas efektivitas strategi manajemen diri dalam mengatasi halusinasi auditori pada pasien skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah intervensi, pada pasien mana yang dilatih menggunakan strategi manajemen diri mengalami penurunan tingkat keparahan halusinasi serta peningkatan kemampuan mengatasinya. Studi ini menyimpulkan bahwa strategi manajemen diri efektif dalam membantu pasien skizofrenia mengelola halusinasi auditori dan meningkatkan kualitas.
4	Vega Widya Pradana, Nia Risa Dewi, Nury Lutfiyatil Fitri	Jurnal Cendikia Muda	Google Scholar	penelitian karya tulis ilmiah ini menggunakan desain stadi kasus. nstrumen yang digunakan dalam pengumpulan data	Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Tanda dan Gejala Pasien Halusinasi Pendengaran Di Ruang Kutilang RSJD Provinsi Lampung	Penelitian ini bertujuan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien dengan halusinasi pendengaran melalui penerapan terapi okupasi menggambar. Penelitian ini

adalah Informend consent. Lembar observasi tanda dan gejala halusinasi menurut SDKI

menerapkan pendekatan kualitatif dengan strategi penelitian studi kasus (Case Study Research). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor pada lembar Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS) pada pasien halusinasi pendengaran. Sebelum terapi okupasi menggambar, skor AHRS pasien adalah 28, dan setelah diberikan terapi, skor menurun menjadi 26. Dapat disimpulkan bahwa terapi okupasi menggambar merupakan salah satu terapi alternatif untuk mengalihkan pikiran pasien agar tidak terfokus pada halusinasinya. Terapi ini menggunakan media kesenian untuk berkomunikasi dan mengekspresikan perasaan, serta memusatkan perhatian pasien.

5	Gina Sri Amelia, Imas Rafiyah, Efri Widiyanti	Jurnal Riset Ilmiah	Google Scholar	<i>Clinical case report</i> melalui lima tahapan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi	PENERAPAN INTERVENSI MENGGAMBAR PADA PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN HALUSINASI PENGLIHATAN DAN PENDENGARAN : CASE REPORT	Hasil dari jurnal "Penerapan Intervensi Menggambar pada Pasien Skizofrenia dengan Halusinasi Penglihatan dan Pendengaran: Case Report" menunjukkan bahwa intervensi menggambar dapat menurunkan tanda dan gejala halusinasi penglihatan dan pendengaran pada pasien skizofrenia. Penelitian ini menerapkan metode clinical case report pada seorang pasien schizoprenia unspecified dengan halusinasi penglihatan dan pendengaran. Intervensi menggambar dilakukan selama tiga kali pertemuan, masing-masing 30 menit hingga 1 jam, selama tiga hari berturut-turut. Evaluasi menunjukkan sebagian besar tanda dan gejala halusinasi menghilang,
---	---	---------------------	----------------	--	---	--

						hanya menyisakan satu tanda gejala dengan intensitas yang menurun. Dengan demikian, intervensi menggambar efektif dalam mengurangi halusinasi pada pasien skizofrenia.
6	Ernida, Yeni Eliyanti, Amin Kurnia	INJECTION: Nursing Journal, Volume 3, Nomor 1, Januari–Juni 2023	OpenAlex	enelitian kuantitatif dengan desain pre-experimental pre-test post-test one group. Sampel berjumlah 10 orang yang dipilih dengan purposive sampling. Analisis data menggunakan uji statistik Wilcoxon.	PENGARUH TERAPI OKUPASI AKTIVITAS MENGGAMBAR TERHADAP PERUBAHAN PERSEPSI SENSORI PADA PASIEN HALUSINASI AUDITORI DI RSKJ SOEPRAPTO BENGKULU	Artikel ini berfokus pada bagaimana terapi okupasi, menggunakan aktivitas menggambar, mempengaruhi persepsi sensorik pada pasien di Rumah Sakit Khusus Jiwa (RSKJ) yang mengalami halusinasi pendengaran. Selain pengobatan farmakologis, terapi non-farmakologis seperti terapi okupasi dapat membantu mengelola kondisi ini. Perasaan dan pikiran pasien yang sulit diungkapkan secara verbal dikomunikasikan melalui aktivitas menggambar. Penelitian ini menggunakan teknik pra - eksperimen dengan desain pre-test dan post-test pada sampel 10 orang yang dipilih secara purposive sampling. Uji statistik Wilcoxon menghasilkan nilai - p sebesar 0,007, yang menunjukkan bahwa pengobatan dengan terapi menggambar memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran. Hasilnya, terapi okupasi berbasis aktivitas telah terbukti bermanfaat dalam meringankan gejala halusinasi dan dapat digunakan sebagai terapi komplementer dalam pengobatan pasien skizofrenia.
7	Fadia Azzahra, dan Mahyar Suara	Malahayati Nursing Journal	Crossreff	non-probabilty sampling	EFEKTIVITAS TERAPI OKUPASI MENGGAMBAR PADA PASIEN SKIZOFRENIA	Jurnal ini membahas tentang terapi okupasi melalui kegiatan menggambar terbukti

TERHADAP
PENURUNAN GEJALA
SKIZOFRENIA DI RSJ
ISLAM KLENDER
JAKARTA TIMUR

efektif dalam membantu pasien mengontrol gejala halusinasi yang mereka alami. Dalam salah satu penelitian yang melibatkan 30 pasien skizofrenia, ditemukan bahwa sebelum diberikan terapi menggambar sebagian besar pasien berada pada kategori halusinasi sedang, namun setelah terapi, sebagian besar mengalami penurunan ke kategori ringan. Penelitian lain menunjukkan hasil signifikan dengan uji statistik yang menunjukkan adanya pengaruh positif dari terapi melukis bebas terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi. Terapi menggambar memberikan dampak positif karena membantu pasien menyalurkan pikiran dan perasaannya yang sulit diungkapkan secara verbal, serta memberikan hiburan dan mengalihkan perhatian dari halusinasi yang dialami.

Dari tabel diatas yang berisi beberapa hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa intervensi keperawatan dengan terapi okupasi menggambar dapat membantu pasien skizofrenia dalam mengontrol gejala halusinasi pendengaran yang mereka alami.

PEMBAHASAN

Terapi okupasi menggambar merupakan salah satu contoh intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan dalam pengobatan pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi pendengaran. Aktivitas menggambar tidak hanya menjadi media seni, tetapi juga berfungsi sebagai bentuk ekspresi diri yang mendalam. Melalui aktivitas ini, pasien dapat menyalurkan emosi dan pikiran mereka secara aman, sekaligus mengalihkan perhatian dari stimulus halusinatif yang mereka alami. Dengan berfokus pada proses kreatif, pasien mengalami penurunan tingkat kecemasan dan peningkatan kontrol diri, sehingga terapi ini memiliki dampak positif terhadap kondisi psikologis mereka (Sujiah et al., 2023).

Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang signifikan mengenai efektivitas terapi menggambar dalam mengurangi halusinasi pendengaran. Agustin et al. (2022) melaporkan bahwa pasien schizoprenia

yang mengikuti terapi menggambar secara terstruktur mengalami penurunan intensitas halusinasi. Suara-suara yang semula mengganggu mulai mereda setelah beberapa sesi terapi. Hal ini diperkuat oleh temuan dari Litasari & Fitria (2023), yang menunjukkan bahwa terapi menggambar selama empat minggu tidak hanya mengurangi halusinasi pendengaran, tetapi juga meningkatkan kemampuan sosial pasien, seperti kemampuan berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain.

Manfaat dari terapi menggambar tidak hanya terbatas pada pengalihan fokus dari halusinasi, tetapi juga mencakup berbagai aspek penting dalam pemulihan pasien. Pertama, terapi ini dapat membantu pasien mengalihkan perhatian dari halusinasi dan sekaligus meningkatkan fungsi sosial mereka. Aktivitas ini memberikan kesempatan kepada pasien untuk merasa dihargai melalui hasil karya yang mereka buat, dan mendorong partisipasi sosial melalui diskusi atau interaksi seputar gambar tersebut (Litasari & Fitria, 2023). Kedua, terapi ini memungkinkan peningkatan ekspresi diri, terutama bagi pasien yang kesulitan menyampaikan perasaan secara verbal. Dalam hal ini, menggambar menjadi media komunikasi alternatif yang efektif (Sujiah et al., 2023).

Ketiga, terapi menggambar juga terbukti meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien. Menurut laporan dari Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta (2024), aktivitas menggambar dapat membantu menurunkan kecemasan dan stres, serta memberikan rasa tenang dan nyaman bagi pasien. Penelitian oleh Pradana, Dewi, dan Fitri (2023) menunjukkan bahwa dua pasien schizoprenia dengan gejala halusinasi pendengaran berat mengalami penurunan signifikan setelah mengikuti terapi menggambar selama tujuh hari berturut-turut. Gejala halusinasi pada subjek pertama menurun dari 72% menjadi 0%, dan pada subjek kedua dari 63% menjadi 9%. Penurunan ini berkaitan erat dengan proses terapeutik yang memungkinkan pasien mengekspresikan diri, meningkatkan motivasi, serta mengurangi keterlibatan dalam persepsi yang salah.

Temuan ini semakin diperkuat oleh studi kasus yang dilakukan oleh Melinda dan Apriliyani (2023), di mana terapi menggambar selama tiga hari berturut-turut (1–2 kali per hari dengan durasi 15–25 menit) menunjukkan efek positif terhadap pengendalian halusinasi. Pasien menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengarahkan perhatian, terlibat dalam aktivitas nyata, dan menyelesaikan tugas-tugas sederhana seperti menggambar, mewarnai, bahkan merapikan tempat tidur. Keterlibatan dalam aktivitas-aktivitas tersebut memberikan struktur dalam keseharian pasien dan membantu mengurangi gejala psikotik secara bertahap. Secara keseluruhan, hasil-hasil studi ini menunjukkan terapi okupasi menggambar tidak hanya membantu mengurangi gejala halusinasi pendengaran, namun juga meningkatkan aspek-aspek penting dalam pemulihan pasien seperti ekspresi emosional, fungsi sosial, dan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, integrasi terapi menggambar dalam praktik asuhan keperawatan jiwa dapat menjadi intervensi yang efektif dan layak diterapkan, terutama dalam pendekatan holistik terhadap pasien dengan schizoprenia.

Beragam studi telah mengindikasikan bahwa aktivitas menggambar bukan sekadar berfungsi sebagai sarana seni, namun juga berperan sebagai alat terapi yang mendukung pasien untuk mengekspresikan diri dan memindahkan fokus dari halusinasi yang dialami. Oleh karena itu, pelaksanaan intervensi ini memerlukan prosedur terorganisir yang mencakup aspek klinis serta psikososial pasien secara menyeluruh. Langkah pertama dalam terapi okupasi menggambar adalah menjalankan penilaian menyeluruh terhadap kondisi pasien. Penilaian ini meliputi analisis tingkat keparahan halusinasi pendengaran, kemampuan fungsional, kesiapan pasien untuk berpartisipasi dalam terapi, dan faktor psikososial yang berpengaruh pada kondisi mentalnya. Temuan yang ada di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Lampung menyoroti pentingnya pemahaman menyeluruh mengenai kebutuhan dan potensi pasien

sebelum terapi dimulai (Akper Dharma Wacana, 2023). Perawat memainkan peran krusial dalam mengumpulkan informasi penting ini untuk merancang rencana terapi yang sesuai dan individu.

Setelah penilaian selesai, langkah selanjutnya adalah menciptakan lingkungan terapi yang mendukung dan memfasilitasi kreatifitas pasien. Penelitian di RSJD Dadi Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa suasana terapi yang nyaman, tenang, dan bebas gangguan dapat meningkatkan efisiensi terapi menggambar (PJLSS, 2024). Perawat bertanggung jawab untuk menyediakan berbagai perlengkapan seperti kertas, pensil, krayon, dan cat air, serta memastikan ruang terapi terhindar dari stimulus yang berpotensi memperburuk gejala halusinasi. Lingkungan yang aman dan menyenangkan memungkinkan pasien untuk merasa lebih santai dan fokus, sehingga efektivitas terapi dapat tercapai. Memberikan arahan yang jelas dan dorongan yang berkelanjutan adalah elemen kunci dalam pelaksanaan terapi. Penelitian yang dilakukan di ResearchGate (2024) menunjukkan bahwa banyak pasien skizofrenia mengalami kendala untuk memulai aktivitas kreatif dikarenakan kecemasan dan masalah konsentrasi. Oleh karena itu, perawat memberikan instruksi yang sederhana dan mengajak pasien untuk mengekspresikan diri tanpa rasa takut atas potensi kesalahan atau penilaian. Dorongan positif dari perawat, seperti pujian dan dukungan, mampu memotivasi pasien untuk terus terlibat dalam sesi terapi secara konsisten.

Selama sesi berlangsung, perawat melakukan pendampingan yang aktif, memantau reaksi psikologis dan emosional pasien, serta membantu mengatasi kecemasan yang mungkin muncul selama menggambar. Penelitian oleh Hidayat et al. (2023) menegaskan bahwa pendampingan ini sangat penting dalam menjaga konsentrasi pasien serta mencegah mereka dari perasaan terasing atau frustrasi akibat halusinasi. Sebuah pendekatan yang empatik dan humanistik dari perawat membangun hubungan terapeutik yang solid, memberikan dampak positif pada keberhasilan terapi. Setelah sesi terapi selesai, evaluasi dilakukan untuk menilai perubahan dalam intensitas halusinasi, ekspresi emosi, serta kemampuan kontrol diri pasien. Dokumentasi hasil evaluasi secara teratur membantu tim keperawatan dan profesional kesehatan mental lainnya dalam merencanakan intervensi lebih lanjut. Hasil prosiding UNIMUS (2023) menunjukkan bahwa evaluasi berkala memungkinkan perawat untuk menyesuaikan strategi terapi sesuai dengan perkembangan keadaan pasien, sehingga terapi tetap relevan dan efektif.

Pelaksanaan terapi secara rutin adalah kunci sukses dari intervensi ini. Temuan dari Hidayat et al. (2023) menunjukkan bahwa terapi okupasi menggambar dilakukan secara teratur dua kali sehari selama beberapa minggu memberikan hasil yang signifikan dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran. Perawat perlu menetapkan jadwal sesi terapi dengan konsisten dan memberikan perhatian lebih terhadap motivasi pasien agar tetap semangat selama proses pemulihan yang bisa jadi panjang dan penuh tantangan. Secara keseluruhan, pendekatan keperawatan melalui terapi okupasi menggambar merupakan metode yang menyeluruh dan dalam mendukung pasien dengan skizofrenia dalam mengatasi halusinasi pendengaran. Terapi okupasi menggambar sebagai salah satu intervensi psikososial non-verbal telah terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien skizofrenia, khususnya ketika diterapkan secara sistematis melalui tahapan-tahapan keperawatan seperti penilaian, penataan lingkungan, pemberian arahan dan dorongan, pendampingan, penilaian ulang, serta pengulangan. Terapi ini mampu memperbaiki kualitas hidup pasien secara menyeluruh. Keterlibatan aktif perawat juga penting dalam proses penilaian ulang terhadap perkembangan terapi. Evaluasi berkala memungkinkan perawat menyesuaikan pendekatan dan strategi berdasarkan perubahan perilaku atau kondisi psikologis pasien. Liu et al. (2023) menekankan pentingnya intervensi terapeutik berbasis seni yang didampingi oleh perawat sebagai bagian dari strategi pemulihan personal. Selain itu, pengulangan terapi yang dilakukan secara konsisten telah terbukti mampu memperkuat hasil intervensi. Penelitian oleh Sarandöl et al. (2023) menyebutkan bahwa kombinasi antara

art therapy dan pelatihan keterampilan sosial (PSST) memberikan hasil lebih efektif dibandingkan intervensi tunggal, khususnya dalam menurunkan gejala penarikan sosial dan meningkatkan partisipasi rekreasi pasien. Studi di Indonesia oleh Adiba dan Paramita (2024) juga menunjukkan bahwa terapi lukis mampu meningkatkan fungsi sosial pasien secara signifikan. Penelitian lain yang dilakukan di Aceh menyatakan bahwa terapi menggambar efektif dalam menurunkan intensitas halusinasi auditorik (Rahman et al., 2024).

KESIMPULAN

Terapi okupasi menggambar merupakan salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti efektif menurunkan intensitas halusinasi pendengaran pasien skizofrenia. Kegiatan menggambar membantu pasien untuk mengekspresikan emosi serta pikiran yang sulit diutarakan dengan kata-kata, serta membantu mengalihkan perhatian dari suara internal yang mengganggu. Proses ini berperan dalam mengurangi kecemasan, meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan diri, dan memperbaiki kesadaran terhadap lingkungan nyata. Penelitian literatur menunjukkan adanya penurunan yang signifikan dalam gejala halusinasi setelah penerapan terapi menggambar. Selain itu, terapi ini juga berdampak positif terhadap peningkatan motivasi, fungsi sosial, dan kemandirian pasien dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Dengan pelaksanaan yang mudah dan biaya yang relatif terjangkau, terapi ini menjadi intervensi yang praktis dan aplikatif. Hal tersebut menjadi pilihan yang tepat untuk diterapkan dalam praktik keperawatan jiwa. Oleh karena itu, terapi okupasi menggambar dapat menjadi alternatif yang bermanfaat dalam mendukung proses pemulihan bagi pasien skizofrenia, khususnya yang berhalusinasi pendengaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas anugerah dan karunia-Nya, penulis mampu menyelesaikan artikel ilmiah ini dengan baik. Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada pembimbing, Bapak Heri Ridwan, S. Kep., Ners., MAN, yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, dan dukungan yang sangat berarti selama penulisan artikel ini. Bimbingan dan saran beliau sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman dan kualitas tulisan.

Penulis juga berterima kasih kepada Universitas Pendidikan Indonesia, yang telah memberikan fasilitas, sumber daya, serta kesempatan melaksanakan penelitian ini. Dukungan dari institusi memiliki peran yang sangat penting dalam kelancaran penulisan artikel ini. Semoga karya ini dapat berkontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan, terutama di bidang keperawatan jiwa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiba, D. M. F., & Paramita, H. (2024). The effect of art therapy by painting technique on social function level in schizophrenia patients at Menur Mental Hospital Surabaya City, East Java, Indonesia. *International Journal of Medical Science and Health Research*, 4(3), 20–30.
- Agusman, M., & Dekawaty, A. (2024). Penerapan asuhan keperawatan pada pasien halusinasi pendengaran dan pemberian terapi okupasi: Menggambar. *JIKA (Jurnal Inspirasi Kesehatan)*, 2(2), 168–170.
- Agusta, N., & Yunitasari, E. (2024). Pengaruh terapi menggambar terhadap penurunan halusinasi pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 1–9.
- Amelia, G. S., Rafiyah, I., & Widiarti, E. (2025). Penerapan intervensi menggambar pada pasien skizofrenia dengan halusinasi penglihatan dan pendengaran: Case report. *SINERGI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(2), 730–742.

- Azzahra, F., & Suara, M. (2022). Efektivitas terapi okupasi menggambar pada pasien skizofrenia terhadap penurunan gejala skizofrenia di RSJ Islam Klender Jakarta Timur. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2744–2753.
- Daniati, E., & Permana, G. G. S. (2024). Asuhan keperawatan pada Ibu S dengan gangguan persepsi sensori: Halusinasi pendengaran akibat skizofrenia di Klinik Nur Illahi Assani, Samarang. *Nursing Case Insight Journal*, 2.
- Daryanto, H., Heryani, E., & Sari, M. T. (2021). Pengaruh strategi intervensi keperawatan melalui video terhadap kemampuan mengendalikan halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 24(1), 24–35.
- Dias Alves, M., de Moura Oliveira, T., Lopes, F. M., Teixeira, F. D. O., & De Macêdo, G. M. (2024). Coloring complex shapes decreases patient anxiety in three care environments. *Frontiers in Psychology*, 15, 1336202.
- Ernida, E., Eliyanti, Y., & Kurnia, A. (2023). Pengaruh terapi okupasi aktivitas menggambar terhadap perubahan persepsi sensori pada pasien halusinasi auditorik di RSKJ Soeprapto Bengkulu. *INJECTION: Nursing Journal*, 3(1), 1–10.
- Firmawati, F., Syamsuddin, F., & Botutihe, R. (2023). Terapi okupasi menggambar terhadap perubahan tanda dan gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi di RSUD Tombulilato. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 15–24.
- Fitriana, W., Renylda, R., & Yan, L. S. (2024). A thought stopping implemented to decrease auditory hallucinations in nursing care approach at Rawasari Public Health Center. *Proceeding 3rd International Conference of Health Polytechnic of Jambi*, 3, 162–164.
- González-Martín, C., Pérez-González, C., & Ortiz-Colón, A. M. (2022). Analysis of use of color and emotional relationship in visual creations during COVID-19. arXiv preprint.
- Hersandi, A. A., Sugiarto, A., Erawati, E., & Suyanta. (2022). Asuhan membalut pasien skizofrenia dengan persepsi sensorik halusinasi pendengaran. *Prosiding Konferensi Keperawatan Internasional*, 1, 113–118.
- Hidayat, M., et al. (2023). Efektivitas terapi aktivitas kelompok menggambar terhadap halusinasi pendengaran. *Jurnal Riset Keperawatan*, 9(2), 112–118.
- Ibrahim, M., & Samiaji, . (2021). The Effectiveness of Drawing Occupation Therapy on the Ability to Control Hallucinations in Schizophrenia: Literature Review. *KnE Life Sciences*, 6(1), 635–641.
- Litasari, F., & Fitria, R. (2023). Terapi okupasi aktivitas menggambar terhadap kontrol diri dan interaksi sosial pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(3), 45–53.
- Liu, J., Zheng, Y., Li, Y., & Yu, H. (2023). Effects of creative art therapy on recovery-oriented outcomes among people with schizophrenia: A systematic review. *BMC Psychiatry*, 23, 570.
- Melinda, C. A., & Apriliyani, I. (2023). Penatalaksanaan terapi okupasi pada An.W dengan halusinasi pendengaran di RSJ Soerojo Magelang. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(11), 4124–4128.
- Melinda, E., & Apriliyani, L. (2023). Studi kasus terapi menggambar dalam menurunkan gejala halusinasi pasien gangguan jiwa. *Jurnal Keperawatan Mental Indonesia*, 7(1), 25–32.
- Muratbekova, G., & Shamo, I. (2023). Color-emotion associations in art: Fuzzy approach. arXiv preprint.
- Nashirah, A., Aiyub, & Alfandi, R. (2022). Tindakan yang membahayakan pasien skizofrenia dengan masalah halusinasi pendengaran: Suatu studi kasus. *JIM FKep*, 1(1), 91–95.
- Pradana, A., Dewi, E., & Fitri, N. (2023). Pengaruh terapi menggambar terhadap intensitas halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. *Poltekkes Karya Husada Yogyakarta*, 10(1), 17–24

- Pradana, V. W., Dewi, N. R., & Fitri, N. L. (2023). Penerapan terapi okupasi menggambar terhadap tanda dan gejala pasien halusinasi pendengaran di ruang Kutilang RSJD Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 149–151.
- Rahmadhani, N. R., Narmi, & Tahiruddin. (2022). Pengaruh penerapan strategi tindakan keperawatan pada halusinasi klien terhadap kemampuan mengontrol halusinasi. *KLASICS: Kendari Journal of Maritime and Holistic Nursing*, 2(2), 11–14.
- Rahman, F. U., Hussain, M., & Ayesha, M. (2024). Application of art drawing therapy to changes in signs and symptoms in auditory hallucinatory patients. *Pakistan Journal of Life and Social Sciences*, 22(1), 5795–5800.
- Rahmawati, R., & Ningrum, N. F. (2023). Asuhan keperawatan jiwa pada Tn. E dengan fokus intervensi pemberian terapi psikoreligius murotal Al-Qur'an untuk mengontrol halusinasi pendengaran di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta. *TSCD3Kep Jurnal*, 8(2), 68–75.
- Sarandöl, A., Albayrak, Y., & Ercan, E. (2023). A comparative study of art therapy and social skills training on patients with schizophrenia. *Psychiatry Research*, 328, 115487.
- Sayied, N. E., & Ahmed, Z. A. (2017). Kemanjuran pengajaran strategi manajemen diri pada halusinasi pendengaran di antara pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Mesir*, 14(2), 168–178.
- Syahfitri, S., Gustina, E., & Pratama, M. Y. (2024). Asuhan membasahi jiwa pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran di Rumah Sakit Jiwa Prof.Dr.M.Ildrem Medan. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(4), 1912–1918.
- Tsai, Y.-F., & Ku, Y.-C. (2005). Strategi manajemen gejala perawatan diri untuk halusinasi pendengaran di antara pasien rawat inap dengan skizofrenia di rumah sakit veteran di Taiwan. *Arsip Perawatan Jiwa*, 19(4), 194–199.